

CRITÉRIOS ESPECÍFICOS DE AVALIAÇÃO DA DISCIPLINA DE EDUCAÇÃO FÍSICA – 7º ANO  
Ensino Básico 2.º, 3.º/Secundário Ciclo de Escolaridade 2020-2021

Domínio/Áreas Temáticas	Aprendizagens Específicas / Aprendizagens Essenciais	Descritores do perfil dos alunos	Instrumentos de avaliação	Domínios Quantificação
ÁREA DAS ATIVIDADES FÍSICAS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SUBÁREA JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS</b> – Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (Andebol, Voleibol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</li> <li>• <b>SUBÁREA GINÁSTICA</b> – Compor, realizar e analisar da GINÁSTICA (Solo e Aparelhos: EBSDD- Minitrampolim/ Boque/ Plinto e Trave; EBAVL- Minitrampolim/ Boque/Plinto) as destrezas elementares de acrobacia, dos saltos, do solo e dos outros aparelhos, em esquemas individuais e/ou de grupo, aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.</li> <li>• <b>SUBÁREAS ATLETISMO, PATINAGEM, ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS E OUTRAS</b> – Realizar e analisar do <b>ATLETISMO</b>, saltos e corridas (resistência, velocidade e salto em altura), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas também como juiz. Realizar <b>PERCURSOS (Orientação)</b> elementares, utilizando técnicas de orientação e respeitando as regras de organização, participação, e de preservação da qualidade do ambiente. Deslocar-se com segurança no <b>MEIO AQUÁTICO</b> (Natação - EBSDD), coordenando a respiração com as ações propulsivas específicas das técnicas selecionadas. Realizar com oportunidade e correção as ações técnico táticas elementares, nos <b>JOGOS DE RAQUETES (Badminton)</b> garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Respeitador da diferença:</b> (A, B, E, F, H)</li> <li>• <b>Questionador e comunicador:</b> (A, B, D, E, F, G, H, I, J)</li> <li>• <b>Autoavaliador / Heteroavaliador:</b> (Transversal às áreas)</li> <li>• <b>Participativo / Colaborador / Cooperante / Responsável / Autónimo:</b> (B, C, D, E, F, G, I, J)</li> <li>• <b>Cuidador de si e dos outros:</b> (B, E, F, G)</li> <li>• <b>Conhecedor/sabedor/ culto/informado:</b> (A, B, G, I, J)</li> <li>• <b>Criativo/Expressivo:</b> (A, C, D, J)</li> <li>• <b>Crítico/Analítico:</b> (A, B, C, D, G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observação Direta</li> <li>• Grelhas de registo</li> <li>• Testes práticos</li> </ul>	<p><b>45%</b> (25% enquanto durar a situação pandémica)</p>
ÁREA DA APTIDÃO FÍSICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver capacidades motoras que evidenciem aptidão muscular e aeróbia, enquadradas na ZSAF do programa <i>Fitescola</i>, para a sua idade e sexo.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bateria <i>Fitescola</i></li> </ul>	<p><b>10%</b> (30% enquanto durar a situação pandémica)</p>

Domínio/Áreas Temas	Aprendizagens Específicas / Aprendizagens Essenciais	Descritores do perfil dos alunos	Instrumentos de avaliação	Domínios Quantificação
ÁREA DOS CONHECIMENTOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conhecer o objetivo dos jogos e as suas principais regras.</li> <li>Conhecer a função e o modo de execução das ações técnico-táticas dos Jogos e o modo de execução das destrezas/ações motoras realizadas.</li> <li>Apresentar propostas de desenvolvimento da atividade individual e do grupo, considerando com interesse e objetividade as que são apresentadas pelos companheiros.</li> <li>Relacionar aptidão física e saúde e identificar os fatores associados a um estilo de vida saudável, nomeadamente o desenvolvimento das capacidades motoras.</li> <li>Identificar e interpretar os valores olímpicos e paralímpicos, compreendendo a sua importância para a construção de uma sociedade moderna e inclusiva.</li> <li>Conhecer diversos processos de elevação e manutenção da condição física na perspetiva da saúde, qualidade de vida e bem-estar.</li> <li>Conhecer e interpretar fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas assim como as regras de higiene e de segurança</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Indagador/ Investigador/ Sistematizador/ organizador:</b> (A, B, C, D, F, H, I, J)</li> </ul> <p><b>LEGENDA:</b>            A-Linguagens e textos            B-Informação e comunicação            C-Raciocínio e resolução de problemas            D-Pensamento crítico e criativo            E-Relacionamento interpessoal            F-Desenvolvimento pessoal e autonomia            G-Bem-estar, saúde e ambiente            H-Sensibilidade estética e artística            I- Saber científico, técnico e tecnológico            J-Consciência e domínio do corpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fichas de avaliação</li> <li>Trabalhos de pesquisa</li> <li>DAC</li> </ul>	<p><b>15%</b> (DAC 10% Outros 5%)</p>
ÁREA DAS ATITUDES	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Responsabilidade e Autonomia – 10%</b> (Faz-se acompanhar de material necessário para realizar a aula presencial e/ou à distância; É assíduo e pontual; Cumpre as tarefas e normas / prazos propostos; É empenhado no seu processo de aprendizagem).</li> <li><b>Participação e colaboração - 10%</b> (É atento; Participa (acompanha, questiona, responde) Cooperar com os outros).</li> <li><b>Respeito pela diferença e pelo outro - 10%</b> (Respeita as opiniões; Respeita a diferença)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Observação Direta</li> <li>Grelhas de registo</li> </ul>	<p><b>30%</b></p>

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
<b>RESPONSABILIDADE E AUTONOMIA 10%</b>	O aluno não é pontual e não cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Não apresenta o material necessário. Não cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e não participa de forma adequada. Nunca é empenhado no seu processo de aprendizagem.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente é pontual e raramente cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Por vezes não apresenta o material necessário. Poucas vezes cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e raramente participa de forma adequada. Raramente é empenhado no seu processo de aprendizagem.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno é pontual e cumpre quase sempre as normas e as instruções estabelecidas. Apresenta regularmente o material necessário. Cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa habitualmente de forma adequada. Empenha-se, com alguma frequência, no seu processo de aprendizagem.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno é muito pontual e cumpre as normas e as instruções estabelecidas. Apresenta regularmente o material necessário. Cumpre as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa sempre de forma adequada. Quase sempre é empenhado no seu processo de aprendizagem.	Bom	7 a 8%
	O aluno é muito pontual e cumpre com entusiasmo as normas e as instruções estabelecidas. Apresenta sempre o material necessário. Cumpre rigorosamente as tarefas propostas dentro dos prazos definidos e participa sempre de forma muito adequada. Revela sempre bastante empenho no seu processo de aprendizagem.	Muito bom	9 a 10%

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
<b>PARTICIPAÇÃO E COLABORAÇÃO 10%</b>	O aluno não é atento; Não participa (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Não coopera com os outros.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente é atento; Poucas vezes participa (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Raramente coopera com os outros.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno é atento; Participa com alguma regularidade (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Coopera algumas vezes com os outros.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno é muito atento; Participa com muita frequência (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Coopera muitas vezes com os outros.	Bom	7 a 8%
	O aluno está sempre atento; Participa sempre (acompanha, questiona, responde) nas atividades escolares; Coopera sempre com os outros.	Muito bom	9 a 10%

	Descritores de desempenho	Parâmetros	Classificação
<b>RESPEITO PELA DIFERENÇA E PELO OUTRO 10%</b>	O aluno não respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Não respeita a diferença entre os colegas.	Fraco	1 a 2%
	O aluno raramente respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Raramente respeita a diferença entre os colegas.	Não Satisfaz	3 a 4%
	O aluno respeita a opinião dos outros e as ações dos outros. Respeita a diferença entre os colegas.	Satisfaz	5 a 6%
	O aluno respeita sempre a opinião dos outros e as ações dos outros. Respeita sempre a diferença entre os colegas.	Bom	7 a 8%
	O aluno respeita claramente a opinião dos outros e as ações dos outros. Respeita claramente a diferença entre os colegas.	Muito bom	9 a 10%